

4 день перспективного десятидневного меню

Завтрак:

«Бутерброд с маслом»,

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 20 гр.;
- от 3-х лет до 7 лет, 25 гр.

«Суп молочный с хлопьями овсяными»

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 180 гр.;

«Каша из хлопьев овсяных Геркулес (вязкая)»

- от 3-х лет до 7 лет, 200 гр.

«Чай с сахаром»

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 150 гр.;
- от 3-х лет до 7 лет, 180 гр.

«Хлеб пшеничный»

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 15 гр.;
- от 3-х лет до 7 лет, 20 гр.



Второй завтрак:

«Фрукты свежие, яблоки»,

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 133 гр.;
- от 3-х лет до 7 лет, 133 гр.



Обед:

«Овощи натуральные солёные»,

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 68 гр.;
- от 3-х лет до 7 лет, 81 гр.

«Суп картофельный с макаронными изделиями»,

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 180 гр.;
- от 3-х лет до 7 лет, 200 гр.

«Бифштекс, рубленый паровой (из мяса говядины)»,

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 40 гр.;
- от 3-х лет до 7 лет, 50 гр.

«Соус сметанный натуральный»,

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 20 гр.;
- от 3-х лет до 7 лет, 30 гр.

«Картофель отварной»,

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 80 гр.;
- от 3-х лет до 7 лет, 100 гр.

«Кисель из сока плодово-ягодного»,

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 150 гр.;
- от 3-х лет до 7 лет, 180 гр.

«Хлеб пшеничный и ржаной»

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 15/30 гр.;
- от 3-х лет до 7 лет, 40/35 гр.



Полдник:

«Пудинг из творога с рисом»,

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 80 гр.;
- от 3-х лет до 7 лет, 108 гр.

«Соус молочный сладкий»,

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 20 гр.;
- от 3-х лет до 7 лет, 20 гр.

«Кисломолочный напиток Йогурт»

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 150гр.;
- от 3-х лет до 7 лет, 180 гр.

